



Parcours ROUTE Septembre 2021

Départ 8h00 du Terral



ATTENTION ! Pour toutes nos pauses (café, Repas), le Pass Sanitaire est obligatoire. Ces parcours sont prévus sous réserve du respect des règles sanitaires liées à la Covid.

Jeudi 2 septembre

75 km : Jean – St Georges — Murviel — Montarnaud - La Boissière – **Aniane (Pause-café)** — Gignac — St Bauzille — Aumelas — Cardonet — Courmonterral — St Jean—

Dimanche 5 septembre

77 km : St Jean – Pignan – Murviel – **Montarnaud (Pause. Café offert par le club)** – Argelliers - La Boissière – Aniane – Puéchabon – Viols le fort – Murles – Vailhauquès – Côte des pompiers
Bel Air - St Jean

Mardi 7 septembre Départ du Terral à 6h30 **covoiturage.**

Sortie journée : Mont de l'Espinouse – **119 km D+ 2000 m**

Boisson offerte par le club à l'arrivée.

Sortie journée déportée à BEDARIEUX avec Croix de Mounis et le lac du Laouzas. –
Openrunner N° 111741

Bédarieux – Hérépian – Villemagne – **St Gervais sur mare (Pause-café)** – Croix de Mounis (808 m) – Murat – lac du Laouzas – col de Frajure (957m) – **Fraisse sur Agout (67 km repas)** – col de Fonfroide (972 m) – Cambon – Salvergues – Sommet de l'Espinouse (1119 m) – col de l' Ourtigas – (988m) – Col de Mazdale (691 m) – Le Poujol sur Orb – Hérépian – Bédarieux.

Ou matinée 75 km : St Jean - St Georges – Murviel – St Paul – **Gignac (Pause-café)** – Lagamas – Montpeyroux - Aniane – Puéchabon – Argelliers – Montarnaud – Bel Air – St Jean

Jeudi 9 septembre

80 km St Jean — Bel Air — Grabels — St Gély— **Les Matelles(Pause-café)** — St Jean de Cuculles — St Mathieu de Tréviès — St Croix de Quintillargues — Assas — Prades — St Clément Grabels - Bel Air— St Jean

Dimanche 12 septembre

81 km : Jean – Cournonterral – Cardonnet – Aumelas – **Vendémian (Pause-café)** – St Pargoire – St Pons de Mauchiens – Abbaye de Valmagne – Villeveyrac – Montbazin – chemin des romains – Golf de Fabrègues – St Jean

Mardi 14 septembre

82 km : Terral – Cournonterral – **Villeveyrac (Pause-café)** – Abbaye de Valmagne – St Pons – St Pargoire – Campagnan – Belarga – Plaisan – **Cabrials** – Cardonnet – Cournonterral – St Jean par D185.

Jeudi 16 septembre

83 km St Jean – Bel Air – Grabels – St Gély - **Les Matelles (pause-café)** – St Jean de Cuculles – Cazevielle – Viols en Laval – Viols le Fort – Les Matelettes – Argelliers – La Boissière – St Paul – Murviel – Pignan - St Jean

Dimanche 19 septembre

81 km : St Jean – Cournonterral – Cardonnet – **Cabrials (pause-café)** – Villeveyrac - Abbaye de Valmagne –Loupian – Poussan – Montbazin – Cournonterral – St Jean

Sortie modifiée

Mardi 21 septembre

Sortie journée – 110 km D+ 1250 m

110 km : St Jean – St Georges – Murviel – Montarnaud – Argeliès – Viol le Fort (**pause café**) - St Martin – le Frouzet – Causse de la Selle – Saint Guilhem – **Saint Jean de Fos (Repas. Boisson offerte par le club)** – Gignac – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean

Ou Matinée 78 km : A partir de Viol le fort – Viol en Laval – Cazevielle – St Jean de cucules – Les Matelles – St Gély – Bel Air - St Jean

Jeudi 23 septembre

81 km : St Jean - St Georges – Murviel – St Paul – **Gignac (Pause-café)** – Montpeyroux – St Jean de Fos – Mur d’Aniane - Puéchabon – Argelliers – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air – St Jean

Sortie modifiée

Dimanche 26 septembre

Rendez-vous au TERRAL à 7h45 pour participer à la Rando la Védasienne organisée par le PLV . Inscriptions prises en charge par le club .

Nous partirons sur le parcours N° 3 de 79 km.

Mardi 28 septembre

82 km : St Jean – Bel Air – St Paul – **Gignac (Pause-café)** - Lagamas – Montpeyroux – St Jean de Fos - Mur d'Aniane – Puéchabon - Argelliers – La Boissière – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean

Jeudi 30 septembre

82 km : Jean — Bel Air— Vailhauques – Bas de Combaillaux — St Gély — Les Matelles **(Pause-café)** - St Jean de Cuculles — St Mathieu-de-Trévières — St Croix de Quitillargue — Assas — Prades —St Gély— Grabels - Bel-Air— St Jean

PARCOURS 3 > FLÉCHAGE BLEU		
Openrunner : 10863157	DÉN	KM
St Jean de Védas - Le Terral		
Rd point chez Paulette		2,5
St Georges d'Orques		7
D27E6 puis à droite, chemin des Jangles		8,2
puis à droite D102 vers 4 Pilas		10,8
Bel Air		14
Grabels	210	19
Vailhauquès		27,5
Montarnaud		31
Argeliers (Ravito)	450	37
Puéchabon		42
Aniane		48
La Boissière	628	54,5
Saint Paul et Valmalle		61
Murviel		68,5
Pignan		71,5
St Jean de Védas - Le Terral	763	79